

**Nombre del alumno: Elma Yahaira Jimenez  
Calderón**

**Nombre del profesor: Rubén Eduardo  
Domínguez García.**

**Nombre del trabajo: cuadros sinópticos**

**Materia: fundamentos III.**

**Grado: 3er. Cuatrimestre**

**Grupo: "A"**

# PROMOSION DE LA SALUD FISICA

Marjory Gordon define los patrones como una configuración de comportamientos más o menos comunes a todas las personas, que contribuyen a su salud, calidad de vida y al logro de su potencial humano

**PATRON 1: PERCEPCION DE LA SALUD Y MANEJO DE LA SALUD**

¿Qué valora?

- Como percibe el individuo la salud y el bienestar.
- Como maneja todo lo relacionado con su salud, respecto a su mantenimiento o recuperación
- La adherencia a las prácticas terapéuticas. Incluye prácticas preventivas (hábitos higiénicos, vacunaciones)

¿Cómo se valora?

- Hábitos higiénicos: personales, vivienda, vestido
- Vacunas
- Alergias
- Percepción de su salud
- Conductas saludables: interés y conocimiento

Resultado del patrón

- El patrón está alterado si:
- Bebe en exceso.
  - Fuma.
  - Consume drogas.
  - No está vacunado

**PATRON:2 NUTRICIONAL-METABOLICO**

¿Qué valora?

- Horarios de comida.
- Preferencias y suplementos.
- Problemas en su ingesta.
- Altura, peso y temperatura

¿Cómo se valora?

- Valoración del IMC.
- Valoración de la piel: Alteraciones de la piel: fragilidad de uñas y pelo, falta de hidratación, prurito, edemas, lesiones, temperatura.

Resultado del patrón

- El patrón estará alterado si:
- Con respecto al IMC:
- Patrón alterado superior al 30% o inferior a 18,5%
  - Patrón en riesgo: entre 25 y 30
  - Patrón eficaz: entre 18,6 y 24,9
- El patrón está alterado si:

**PATRON:3 ELIMINACION**

¿Qué valora?

Describe las funciones excretoras intestinal, urinaria y de la piel

¿Cómo se valora?

- Cutánea: Sudoración copiosa
- Intestinal: Consistencia, regularidad, dolor al defecar.
- Urinaria: Micciones/día, características de la orina.

Resultado del patrón

- Intestinal: existe estreñimiento, incontinencia, diarrea
- Urinario: si presenta incontinencias, retención, disuria

**PATRO:4 ACTIVIDAD Y EJERCICIO**

¿Qué valora?

- El patrón de ejercicio
- La actividad
- Tiempo libre y recreo
- La capacidad funcional

¿Cómo se valora?

- Valoración del estado cardiovascular.
- Valoración del estado respiratorio
- Tolerancia a la actividad
- Valoración de la movilidad:

Resultado del patrón

- El patrón está alterado si existe:
- Problemas circulatorios
  - Síntomas respiratorios
  - Problemas de salud limitantes

**PATRÓN 5: SUEÑO- DESCANSO**

¿Qué valora?

- La percepción de cantidad y calidad del sueño descanso
- La percepción del nivel de energía.
- Las ayudas para dormir (medicamentos, rutinas)

¿Cómo se valora?

- El espacio físico (ventilación, temperatura agradable y libre de ruidos)
- El tiempo dedicado al sueño u otros descansos diurnos

Resultado del patrón

- Se considera alterado:
- Si usa ayudas farmacológicas para dormir o descansar.
  - Disminución de la capacidad de funcionamiento.

**PATRÓN 6: COGNITIVO-PERCEPTIVO**

¿Qué valora?

- Nivel de conciencia
- Conciencia de la realidad
- Lenguaje
- Ayudas para la comunicación

¿Cómo se valora?

- Nivel de consciencia y orientación.
- Nivel de instrucción: si puede leer y escribir

Resultado del patrón

- El patrón está alterado si:
- La persona no está consciente u orientada
  - Presencia de dolor.
  - Hay depresión

**PATRÓN 7: AUTO PERCEPCIÓN – AUTOCONCEPTO**

¿Qué valora?

- Imagen corporal, social.
- Identidad.
- Sentido general de valía.
- Patrón emocional

¿Cómo se valora?

- Se valora la presencia de: - Problemas consigo mismo.
- Problemas con su imagen corporal.

Resultado del patrón

- El patrón está alterado si:
- Existen problemas conductuales.
  - Existen verbalizaciones auto negativas, expresiones de desesperanza

**PATRÓN 8: ROL – RELACIONES**

¿Qué valora?

- Responsabilidades en su situación actual. Satisfacción o alteraciones en: familia, trabajo, relaciones sociales

¿Cómo se valora?

- Familia: Con quién vive.
- Estructura familiar. Rol en la familia y si éste está o no alterado.
- Problemas en la familia

Resultado del patrón

- El patrón está alterado si:
- Se siente solo.
  - Violencia doméstica.
  - Abusos.

**Patrón 9: sexualidad y reproducción**

¿Qué valora?

Los patrones de satisfacción o insatisfacción de la sexualidad, las alteraciones en la sexualidad o en las relaciones sexuales y seguridad en las relaciones sexuales.

¿Cómo se valora?

- Menopausia y síntomas relacionados
- Métodos anticonceptivos
- Embarazos, abortos

Resultado del patrón

- El patrón está alterado si:
- Relaciones de riesgo
  - Existen problemas en la etapa reproductiva de la mujer

**PATRÓN 10: ADAPTACIÓN TOLERANCIA AL ESTRÉS**

¿Qué valora?

- La capacidad de adaptación a los cambios.
- El soporte individual y familiar con que cuenta el individuo.

¿Cómo se valora?

- Preguntará por: Cambios importantes en los dos últimos años, si ha tenido alguna crisis.

Resultado del patrón

- El patrón está alterado si la persona manifiesta tener sensación habitual de estrés y no dispone de herramientas para controlarlo.

**PATRÓN 11: VALORES Y CREENCIAS**

¿Qué valora?

Las decisiones a cerca de: tratamientos, prioridades de salud, vida o muerte y las prácticas religiosas.

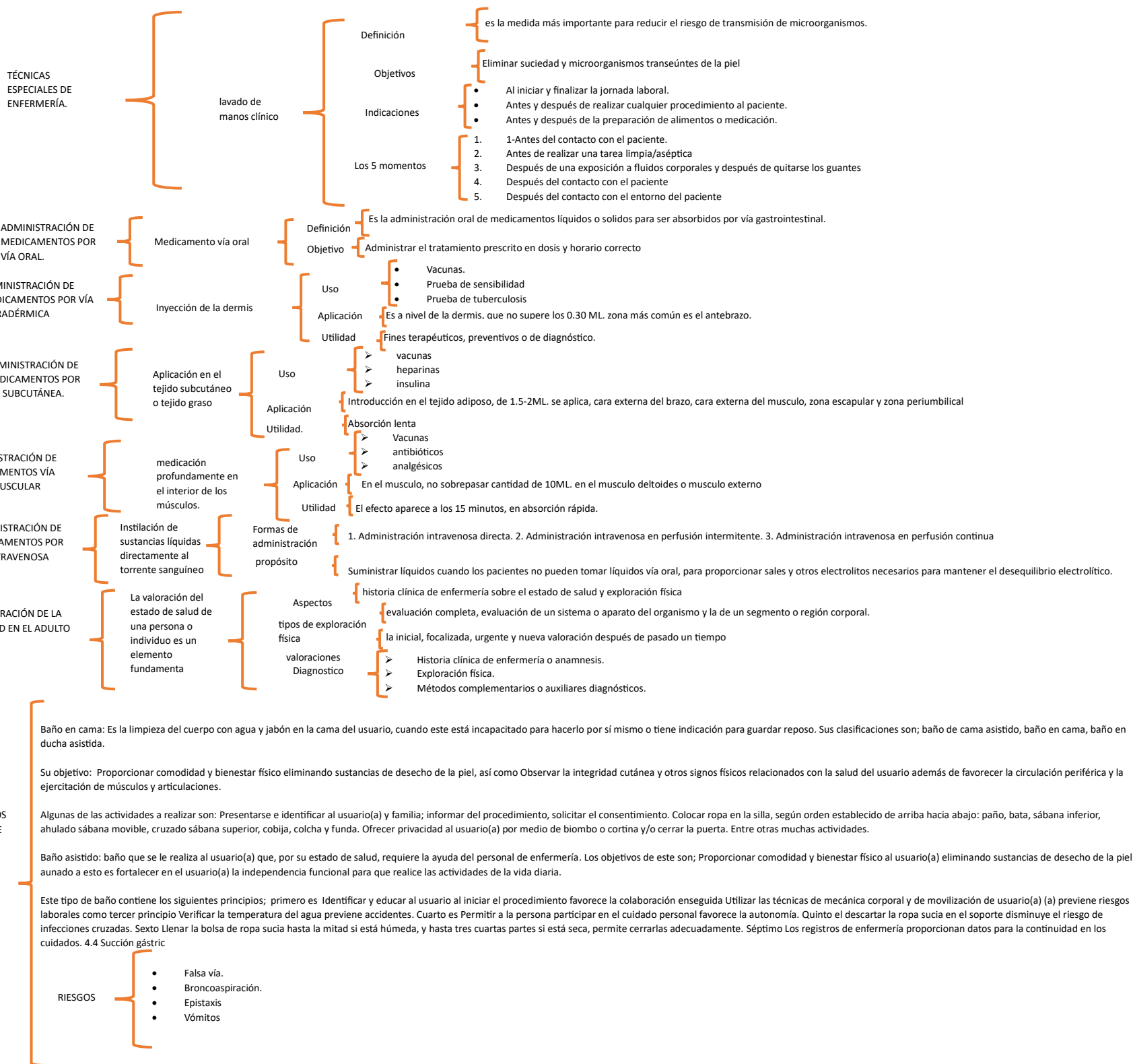
¿Cómo se valora?

- Preocupaciones relacionadas con la vida y la muerte, el dolor o enfermedad.

Resultado del patrón

- El patrón está alterado: Cuando existe conflicto con sus creencias. y tiene problemas para sus prácticas religiosas.

# VALORACION DE LA SALUD



# VALORACION DE LA SALUD

## LAVADO GENITAL

### DEFINICIÓN

Es el lavado de los genitales externos y la región perineal

### Objetivos

- Prevenir irritaciones e infecciones en la zona perineal.
- Evitar infecciones, después de intervenciones quirúrgicas urogenitales.
- Fomentar hábitos de higiene.
- Proporcionar comodidad y bienestar

### VARIACIÓN PARA EL ASEO PERINEAL FEMENINO

- Verter jabón líquido en el monte de Venus, los genitales y la cara anterior del muslo.
- Limpiar el monte de Venus con una torunda de algodón; hacer movimientos horizontales desde el monte de Venus hacia el ombligo. Descartar la torunda.
- Limpiar con otra torunda el labio mayor distal, desde el clítoris hacia el periné, con movimiento vertical en una sola dirección y luego descartar la torunda.
- Repetir el paso anterior, con el labio mayor proximal y los labios menores en la misma secuencia; utilizar una torunda cada vez y descartar.
- Deslizar otra torunda por el centro de la vulva con movimiento vertical y descartar.
- Lavar con otra torunda la región del muslo distal de adentro hacia fuera, con movimientos verticales haciendo énfasis en el pliegue inguinal y descartar.
- Realizar el mismo procedimiento con el muslo proximal. Verter agua tibia sobre el monte de Venus y los genitales.
- Repetir los pasos anteriores a fin de eliminar el jabón. Secar las zonas lavadas con las torundas de algodón en la misma forma y secuencia que en las acciones anteriores.
- Colocar a la usuaria en posición de Sims (decúbito lateral izquierdo), limpiar y secar la zona perianal, desde la hendidura bulbar hasta el ano.

### FORMA DE HACER EL ASEO GENITAL EN EL HOMBRE

- Verter jabón líquido recomendado en el pubis, los genitales y la cara anterior del muslo incluyendo pliegue inguinal.
- Utilizar la pinza mota con torunda de algodón para esparcir el jabón en el pubis del ombligo a los genitales con movimientos horizontales. Descartar la torunda.
- Sujetar el pene con la mano no dominante y bajar el prepucio. Lavar con otra torunda el meato urinario hasta el cuello del glande en forma circular sin devolverse y descartar la torunda.
- Utilizar nueva torunda para lavar el cuerpo del pene del cuello del glande hasta la raíz de este y descartar.
- Lavar el escroto en dos partes, distal y proximal; utilizar una torunda para cada uno y descartar.
- Lavar con nueva torunda la región del muslo distal, de adentro hacia fuera con movimiento vertical, haciendo énfasis en el pliegue inguinal y descartar. • Realizar el mismo procedimiento con el muslo proximal.
- Verter agua tibia sobre los genitales y repetir los pasos anteriores a fin de eliminar el jabón.
- Secar zonas lavadas con las torundas de algodón en la misma secuencia. • Colocar al usuario(a) en posición Sims (decúbito lateral izquierdo), lavar y secar la zona anal, incluyendo el surco interglúteo.

### RIESGOS

- Transmisión de infecciones por arrastre.
- Trauma

### COLOCACIÓN DE SONDA RECTAL Y ENEMA EVACUANTE. DEFINICIÓN

Es la introducción de un catéter rectal a través del esfínter anal hasta el recto e introducir líquidos en forma lenta de por vía rectal, para favorecer la evacuación de heces del intestino o complementar tratamientos.

### OBJETIVOS

- Favorecer la eliminación de gases y materia fecal.
- Favorecer la limpieza del intestino.
- Desintoxicar el organismo.
- Disminuir la distensión abdominal.
- Complementar tratamientos.
- Suministrar tratamientos o medios de diagnóstico.

### ALGUNAS DE LAS ACTIVIDADES SON

- Verificar la indicación en el expediente de salud
- Informar al usuario, y solicitar el consentimiento del procedimiento.
- Realizar higiene de manos.
- Abrir el cubre paquete de la sonda rectal.
- Preparar el equipo de enema (hacer conexión de hule al tanque y a la sonda rectal por medio de la cárpula cerrada).
- Verter en el tanque 500 cc de agua estéril tibia si es un enema y 100 cc si es un micro enema. Agregar los otros componentes indicados (medicamentos, aceite mineral u otro).
- Extraer el aire de la conexión dejando salir unos 5 cc del líquido. Pinzar la sonda.
- Asegurar un ambiente de privacidad al usuario(a) durante el procedimiento.
- Ayudar al usuario a adoptar la posición de SIMS izquierdo (decúbito lateral, con brazo izquierdo a lo largo del cuerpo, pierna derecha flexionada).
- Cubrir al usuario con la sábana movable, dejando descubierto la zona anal.
- Colocar ahulado y sábana movable debajo de los glúteos del usuario(a)
- Lubricar el extremo distal de la sonda rectal.
- Solicitar al usuario(a) que respire profundamente por la boca, para permitir la relajación del esfínter anal.

### ALGUNAS DE LAS ACTIVIDADES SON

- Una adecuada instrucción sobre las acciones a realizar da seguridad y confianza.
- La posición Sims lateral izquierda favorece el desplazamiento del líquido por gravedad y la relajación muscular.
- La altura del tanque determina la presión y gravedad con que baja el líquido a la cavidad intestinal.
- Si el usuario(a) se queja de dolor o siente resistencia, al introducir la sonda, detenerse y llamar a la enfermera o

### RIESGOS

- Dolor anal.
- Lesión intestinal
- Dolor abdominal
- Laceraciones.
- Contaminación.

### EDEMA DE RETENCIÓN

Definición: Es la introducción lenta por vía rectal de solución medicamentosa o diagnóstica para ser retenido o absorbido. Objetivos: Administrar medicamentos para efectos locales o generales. Administrar sustancias con fines de diagnóstico.

### OBJETIVOS

- Objetivos: Administrar medicamentos para efectos locales o generales.
- Administrar sustancias con fines de diagnóstico.

### ENEMA POR COLOSTOMÍA

Definición: Es el procedimiento por el cual se introduce líquido en el colon a través de la estoma intestinal.

### OBJETIVOS

- Administrar algún medicamento. Facilitar la limpieza intestinal.